

# はあと-heart

発行 株式会社 セレクトホーム 〒300-2436 茨城県つくばみらい市絹の台 2-18-1

Tel (0297) 34-0010 Fax (0297) 34-0012 E-mail select1@select-home.co.jp

HP <https://select-home.co.jp>

※誠に勝手ながら  
1月1日(水)から  
1月5日(日)まで  
冬季休暇とさせていただきます。

□■ 毎月 第2木曜日 発行 ■□

Concept:「どちらからみても見栄える家」

断熱性能の高いYKKapの大開口窓とFIX窓を配置し、レッドシダーを採用した1.8mの軒で日射対策をすることで、リビングのカーテンは敷けないご要望と快適なリビング空間を実現。

Front side



大通り沿いの両面道路に隣接する守谷市Y様邸の外観



大通り沿いの南側は2mの天然木の目隠しフェンスを設置。

Back side



タイルデッキ、BBQコーナー、芝が広がり、海外の休日を感じさせるようなプライベート空間に。

ENCLO HOUSE

ENCLO HOUSE

ENCLO HOUSE

Night view



照明位置を細かく調整し、昼も夜も見栄える外観に。



コレクション土間収納



平田タイルスーパークラシカ

(I)洗面を軸に、右ユニットバス、左はランドリー&ファミクロの神動線。(II)造作洗面は木工家具職人Y様のご制作。(III)クラシカルなアクセントタイルでモダンな上質空間を演出。

アプローチ

同居予定のお母様のことを考慮し、スロープとフローティングステップの2wayに。

Floating step



天然石



柵:ステンレス巾木  
土間:モルタル仕上げ

Slope



階段・手摺:  
セレクトホームオリジナル鉄骨仕様



吹き抜けや、壁や間仕切りのない横に広がる大空間リビングも、高い住宅性能が備わっている「FPの家」だからこそ、快適さを失わずに実現。

Kitchen: グラフテクト  
Style: デュエ  
Color: メルクリオ



Kitchen panel:  
キョーライト社、馬張り仕様  
まるでタイルのような仕上り

Second floor



天井中心に耐荷重200kgの金物を設置しエアリアルヨガも行えるヨガスペースに。



オーナー様ご制作WIC

家具配置をしっかり計画したうえで、スイッチやコンセントの位置を使いやすい場所に決めた寝室。

セレクトホームでは、後に変更となると追加料金が発生してしまうような重要な位置決めは必ず現場で行います。実際の空間をご覧いただくことで気づくことがあります。注文住宅だからこそ、こだわるべき項目です。社長熊谷だけでなく、常により良い家造りを目指す社員大工や協力会社の職人さんたちが、あなたのこだわりを細部まで実現します!



社長 熊谷







# 太陽光発電と電気代+蓄電池情報

## 守谷市 オール電化住宅(セレクトホーム社長宅)

我が家では固定買取制度終了後、2020年10月から蓄電池を導入、2023年11月にリノベモデルに戻ってきました！売電：8.5円。

	2010年11月	2023年11月	2024年11月
売電	0円	1,708円	425円
電気代	13,240円	3,947円	5,390円
差額	-13,240円	-2,239円	-4,965円



ただ、高額の電気代払ってました

リノベモデルオープンにつき発電再スタート！

11月も電気代は過去の最安値でした♪



浮いてないけど...

ダイソーで便利なものをゲット♪ 隙間を掃除するワイパー！ホコリがいっぱい取れて、ルンルン♪



## 今ここに暮らすよろこび Vol.13

### 子どもの脳育！大人の脳活！に期待大 ～「折り紙」のススメ～

「ORIGAMI」と海外で呼ばれ、美しい日本文化のひとつとも言える、折り紙。子どものころにはよくやったけど、しばらく触れていないな...という方、必読です！ 折り紙を折ることで、子どもの脳育に役立つのみならず、大人の脳活にも大きく期待がもてるそうなのです。今回は、折り紙が与えてくれると言われる、たくさんのメリットについて、紹介します。

#### <子どもの脳育>

「折り紙で子どもが賢くなる?!」子育て中のママには興味深いピックでしょう。脳科学者による研究でも、折り紙が脳を育てる効果として、以下の様なことが言われているそうです。親子で楽しんで取り組むことも、より効果的だそうですね。ぜひとも早速、チャレンジしてみましょう！ ◆空間認知能力の向上...平面から立体を想像し、作り上げていく力を伸ばす。◆実行機能の強化...ルールに従って計画的に作業を進める力を育む。◆非認知能力=やりぬく力(GRIT)...難しい作品でも少しずつ段階を踏んで完成させる感動がよい効果をもたらす。◆巧緻(こうち)運動の成長...手先の器用さは、生まれ持ったものだけでなく、訓練でも向上する。

#### <大人の脳活>

一方、大人にも期待すべき効果が！ 人生100年時代、健康寿命の延伸にも関心が寄せられるようになりました。最近では“脳活”という言葉もよく耳にします。まさに、その“脳活”に折り紙が有効なのだそうですね。脳の若返りに良いと言われる効果として、以下の様なことが挙げられています。◆指先の力を使うことで認知機能が向上し、脳の老化に歯止めをかける。◆集中力のアップによって、記憶力が強化される。◆自由な発想で作る”創作おりがみ”が、思考を柔軟にする。

#### <どんな世代でも一緒に楽しめる>

折り紙の良い点のひとつは、どんな世代でも一緒に楽しめることです。小さな子どもとお母さん、そしておじいちゃんやおばあちゃん、近所のお姉さん、などなど。誰でも気軽に組み立て、自然にコミュニケーションもとやすい、素晴らしい遊びですね。また、高価な材料を必要とすることもなく、様々な色柄の美しい紙が、リーズナブルにすぐに入手できるのも、魅力のひとつでしょう。来たる年末年始、家族や友人たちと、是非楽しんでみてはいかがでしょうか？

#### <作品を飾って味わう>

お気に入りの作品は、ぜひ大切に飾ってほしいと思います。平面的なものは額に入れ、立体的なものは、ボックスフレームに入れたり、プレートやマット上にディスプレイしたり、モビールとして飾ることも。美しい形や色彩、作品の素晴らしさを大いに味わいましょう。

#### \*\*\* おすすめ&参考文献・WEB \*\*\*

・創作折り紙カミキィ (<https://kamikey.jp/>)

・朝日EduA (<https://www.asahi.com/edua/article/14333915?p=2>)

・『脳がぐんぐん育つ！おりがみ』 小林一夫/著 奥山 力/監修

・『脳科学でわかった！80歳からでも若返るすごい脳活おりがみ』 伊達博充/著 西 剛志/監修

元々頭痛持ちの私ですが、先日市販の痛み止めの飲み過ぎで、薬が効かなくなりました...そこから健康的な生活を送ろうと、お守りとして飲んでいた栄養ドリンクやコーヒーなどのカフェインを控えると体調が改善！健康第一ですね！！これからあたたかい飲み物が恋しい季節となるので、おいしいカフェインレスの飲み物を探したいと思います♪ はな



Instagram



発行 株式会社 セレクトホーム くまこ&とびこ&おきく&はな

●本店:茨城県つくばみらい市絹の台 2-18-1(谷和原インターすぐそば)

Tel:0297-34-0010 Fax:0297-34-0012

E-mail: select1@select-home.co.jp

●城ノ内体感宿泊ハウス:龍ヶ崎市城ノ内 5-26-1

●守谷体感ハウス:守谷市薬師台 6-2-8

<https://select-home.co.jp>

## ～建築中現場の進捗状況～

取手市...土留工事 	阿見町 上条⑥ 	つくば市 上ノ室⑦ 	<b>工程段階</b> ①地鎮祭 ②基礎工事 ③上棟 ④木工事 ⑤屋根工事 ⑥設備工事 ⑦外壁工事 ⑧造作工事 ⑨加工作事 ⑩建具取付 ⑪タイル工事 ⑫建物完成 ⑬外構工事
取手市寺田⑫ 	守谷市板戸井⑬ 	守谷市 立沢⑬ 	
野田市⑬ 	間取り打合中 ...守谷、龍ヶ崎、つくばみらい etc. ショールーム見学 ...つくばみらい、取手 etc.		

## ☆☆ おてがる cooking ☆☆

パーティーでも大活躍！炊飯器でシーフードパエリア



<材料> 3~4人分

- 米...2合
- シーフードミックス...約200g
- たまねぎ...1/2個
- 赤パプリカ...1/2個
- にんにく(チューブ)...5cm程度
- サフラン...ひとつまみ(0.2g)
- コンソメ顆粒...小さじ2
- 白ワイン...大さじ1
- 塩...小さじ1/2
- ブラックペッパー...少々
- オリーブオイル...大さじ1
- 水...適量 ※手順、参照
- イタリアンパセリ...適宜

#### <手順>

- ① 冷凍のシーフードミックスは解凍して、クッキングペーパー等で水分をしっかりとふき取る。
- ② たまねぎはみじん切りにする。
- ③ パプリカは1cm幅の細切り。
- ④ 炊飯器に、洗った米・白ワイン・塩・ブラックペッパー・にんにくチューブ・サフラン・コンソメ顆粒・オリーブオイルを入れ、2合の目盛りより3mmほど下まで水を入れる。
- ⑤ ④に①と②を加え、通常炊飯のスイッチオン。
- ⑥ 炊き上がったら軽く混ぜ、③をのせて数分蒸す。
- ⑦ 皿に盛って、イタリアンパセリを飾って、完成！

ムール貝やレモンを添えても♪

◆次回は、1/9(木)

発行です。

どうぞお楽しみに！



展示場予約は  
こちらから♪

